

GUYLAINE GOULFIER

ASSOCIATIONS DE CULTURES, PAILLAGE, SOL VIVANT,
CONSERVES, BIODIVERSITÉ, ZÉRO DÉCHET...

LA PERMACULTURE

• AU FIL DES SAISONS •



SOMMAIRE



BIENVENUE AU JARDIN PERMACOLE ! 4

DE DÉCEMBRE À FÉVRIER :

Mon jardin permacole en hiver

- Le sol de mon jardin ? Vivant ! 10
- Je fais connaissance avec ma terre 14
- Je pratique l'art du recyclage : je composte 19
- Je teste, j'expérimente 22
- Je sème des engrais verts (et autres couverts végétaux) 24

En cuisine, au cellier : mon carnet de recettes d'hiver

- Je transforme l'ail, l'oignon, l'échalote 31
- Métamorphose des céleris, betteraves et cie 33
- Cuisine zéro déchet 36

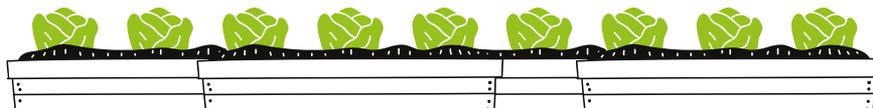
DE MARS À MAI :

Mon jardin permacole au printemps

- J'associe, je mélange les plantes 40
- J'adopte des plantes « protectrices » 42
- Je maintiens mon jardin en bonne santé 46
- Je teste les purins d'ortie et autres « potions » 51
- Des plants gratuits ? Facile : je multiplie ! 58

En cuisine, au cellier : mon carnet de recettes du printemps

- Je capture les saveurs des fines herbes 61
- Vins de fleurs et autre douceurs 63
- Je grappille les fruits rouges 65



DE JUIN À AOÛT

Mon jardin permacole en été

- Je crée un jardin « Bed & Breakfast » 68
- Je gère l'arrosage 76
- Spécial Zéro Gaspi : je recycle en paillant 82
- Cueillettes sauvages d'août 87

En cuisine, au cellier : mon carnet de recettes d'été

- Les plats de l'été 90
- Conserves ensoleillées 93

DE SEPTEMBRE À NOVEMBRE

Mon jardin permacole en automne

- À la rentrée, je fais le tour du jardin 96
- Des légumes tout l'hiver ? Cela se prépare ! 100
- Je plante une haie 106
- Je récolte et je stocke mes fruits 112

En cuisine, au cellier : mon carnet de recettes d'automne

- Je mets en conserves mon jardin d'automne 118
- Les courges, version sucrée 121
- Noix, amandes, noisettes... je confectionne mille douceurs 123



FLORE DE MON JARDIN

Noisetier p.12, consoude p.21, capucine p. 44, ortie p.56,
pérille de Nankin p.72, fenouil p.79, ronce p.84,
barbe de capucin p.105

FAUNE DE MON JARDIN

Vers de terre p.13, papillon Citron p.25, pollinisateurs en hiver p.29,
abeilles domestiques p.30, abeilles solitaires p.45, syrphes p.59,
moro-sphinx p.69, fourmis p.75, coccinelle asiatique p.117



BIENVENUE AU JARDIN PERMACOLE !

LE JARDIN ? ON LE SOUHAITE BEAU, FLEURI, ACCUEILLANT POUR LES PAPILLONS, ABEILLES ET AUTRES PETITES BÊTES. MAIS AUSSI PRODUCTIF, ÉCOLO AUTANT QU'ÉCONOMIQUE... BREF, NOUS VOULONS UN JARDIN EN PERMACULTURE ! MAIS CONCRÈTEMENT, QU'EST-CE QUE LA PERMACULTURE EXACTEMENT ? ET, SURTOUT, COMMENT APPLIQUER SES PRINCIPES, EN PRATIQUE, SUR LE TERRAIN ?

RASSUREZ-VOUS : JARDINER EN PERMACULTURE EST TRÈS SIMPLE. ON Y OUBLIE LES RÈGLES TECHNIQUES COMMUNÉMENT ÉDICTÉES (« ARROSER LE MOINS POSSIBLE », « FAIRE UNE BUTTE, DES LASAGNES », « COUVRIR LE SOL DE PAILLE »...) ET ON PREND PLAISIR À OBSERVER, À TESTER, À APPRENDRE.



J'ASSOCIE, JE MÉLANGE LES PLANTES

DANS LA NATURE, PAS DE MONOCULTURE. EN PERMACULTURE, NON PLUS ! INSPIRONS-NOUS DE CE QUE NOUS OBSERVONS DANS LES HAIES OU DANS LES PRÉS : LES PLANTES S'ÉTAGENT ET FORMENT DES COMMUNAUTÉS. AUX JARDINIERS DONC DE S'AMUSER À MÊLER LE PLUS POSSIBLE FLEURS, FRUITS, AROMATES... ET MÊME HERBES FOLLES.

CONCURRENCE ? NON : SOLIDARITÉ !

Les plantes puisent leurs nutriments dans le sous-sol. Celui-ci offrant des réserves infinies, les plantes ne sont pas en compétition. Du moins pour leur nourriture. En revanche, chacune a besoin d'air, cherche sa place au soleil. Bref, les végétaux ont besoin d'espace pour s'épanouir. Dans la nature, les plantes poussent de façon étagée. Le pied des arbres est caché par des arbustes et buissons, à l'assaut desquels partent des grimpantes, tandis que des vivaces couvrent le sol. Une vraie source d'inspiration pour le jardin.

Les plantes s'organisent entre elles pour que chacune ait suffisamment de lumière. Elles s'entraident également. Certaines fixent l'azote du sol, attirent les abeilles, servent de support aux autres. D'autres recyclent les polluants ou limitent les effets de la canicule. De façon invisible (souvent de racines à racines), les végétaux communiquent, se soutiennent, coopèrent...



CONNAISSEZ-VOUS
LES « TROIS SŒURS » ?

DE QUOI S'AGIT-IL ?

D'UNE ASSOCIATION TRADITIONNELLE IROQUOISE DES 3 LÉGUMES DE BASE DE LEUR ALIMENTATION : LA COURGE, LE MAÏS ET LE HARICOT. TENTEZ DONC L'EXPÉRIENCE.

- 1 Faites une petite butte de terre de 30 cm de hauteur. Semez 4 à 5 graines, disposées en cercle, au sommet de cette butte. Lorsque les plants ont atteint environ 15 cm, semez les haricots (attention, il faut que le sol soit alors bien chaud). Installez les plants de courge au pied de la butte.



- 2 Les maïs servent de tuteurs aux haricots qui enrichissent la terre, tandis que le feuillage des courges forme un couvre-sol vivant.



JE TESTE LES PURINS D'ORTIE ET AUTRES « POTIONS »

SOIGNER LES PLANTES AVEC D'AUTRES PLANTES. L'IDÉE EST AUSSI SÉDUISANTE... QU'ELLE EST NOUVELLE. EN EFFET, L'UTILISATION DE PURINS, DÉCOCTIONS ET AUTRES EXTRAITS VÉGÉTAUX N'EST PAS UN HÉRITAGE DES ANCIENS, MAIS UNE PRATIQUE TOUTE RÉCENTE. AUSSI IL EST AUJOURD'HUI IMPOSSIBLE DE GARANTIR L'EFFICACITÉ DE CES PRÉPARATIONS, NI LEUR MODE D'APPLICATION, NI D'ÉDICTER DES RECETTES. À NOUS, JARDINIERS, DE TESTER LES PURINS ET AUTRES POTIONS.



AUTO-DÉFENSE VÉGÉTALE

Les plantes possèdent plusieurs parades pour lutter contre leurs agresseurs : épines, carapace cireuse, latex corrosif... Mais ce n'est pas tout.

À la première morsure, au moindre stress, elles produisent des substances chimiques, les « éliciteurs », qui alertent la plante. Les feuilles deviennent plus coriaces face à la canicule, plus amères ou toxiques pour déplaire aux grignoteurs ; la peau des baies s'épaissit pour résister au gel et aux attaques de maladies, les racines absorbent plus de fer, de phosphore, etc. Plus fort encore : certains végétaux émettraient des molécules affectant directement leurs ennemis : en réduisant la fertilité des insectes, en limitant le développement des champignons...

Le jardinier s'inspire de cette auto-défense pour préparer des purins, décoctions ou autres infusions. Le but est en effet d'extraire des plantes, les éliciteurs, ces molécules lanceuses d'alertes, ces messagères. Les extraits végétaux ne sont donc ni des engrais (ils ne nourrissent pas), ni des pesticides (ils ne tuent pas), ils agissent, préventivement, en stimulant les défenses naturelles des plantes.

LA PERMACULTURE

AU FIL DES SAISONS

Pour débiter ou se perfectionner en permaculture, voici un guide pratique répertoriant les travaux à réaliser chaque saison, pour un jardin productif, favorisant la biodiversité et respectant nos ressources naturelles.



Apprendre et pratiquer pour devenir autonome. Au fil de l'année, techniques, conseils de pro, gestes en images, portraits de plantes et d'auxiliaires du jardin enrichiront votre culture permacole.

**ENTRETIEN DU SOL, PLANTATIONS ET RÉCOLTES,
GESTION NATURELLE DES MALADIES...**

Tous les thèmes sont abordés dans cet ouvrage pratique, enrichi de nombreux dessins et photos.



Éditions
marie claire

978-2-7072-1227-6
14,95€

www.sotrendoo.com

